

La prehabilitación: ¿dónde estamos y cuáles son los siguientes pasos?

Miguel Cadena



Diego Martínez



Hector Cárdenas



Santiago Ramírez



Carlos Engel



Fernando Runzer



Héctor Gallego



Carlos Sandoval



Gustavo Leandro



Eduardo Sosa



**VI CURSO DE EGRESADOS DE ALMA
"ACTIVIDAD FÍSICA, CAÍDAS Y FRACTURAS"
SANTA MARTA, COLOMBIA**

GRUPO 4

Definición de prehabilitación

- Medidas, valoraciones, evaluaciones e intervenciones dirigidas a mejorar el estado de salud de pacientes que:
 - Están preparándose para un tratamiento complejo o
 - involucra la fase post-tratamiento.
- Objetivos:
 - Tolerancia al tratamiento,
 - optimización funcional y
 - Recuperación post-terapéutica acelerada.

Especialidades involucradas

- Especialidades quirúrgicas: cirugía general, traumatología, entre otras
- Anestesiología
- Geriatría
- Medicina física & rehabilitación
- Oncología
- Otros: cardio, nefro, medicina interna, neuro...

Yau DKW, *et al.* *BMJ Open* 2019 PREhabilitation for improving Quality of recovery after ELective cardiac surgery (PREQUEL) study: protocol of a randomised controlled trial

J Neurosurg Anesthesiol Volume 31, Number 2, April 2019 Cognitive Prehabilitation: Supercharged Mind or Wishful Thinking?

Journal of Clinical Orthopaedics and Trauma 10 (2019) The effect of a 12 week prehabilitation program on pain and function for patients undergoing total knee arthroplasty: A prospective controlled study

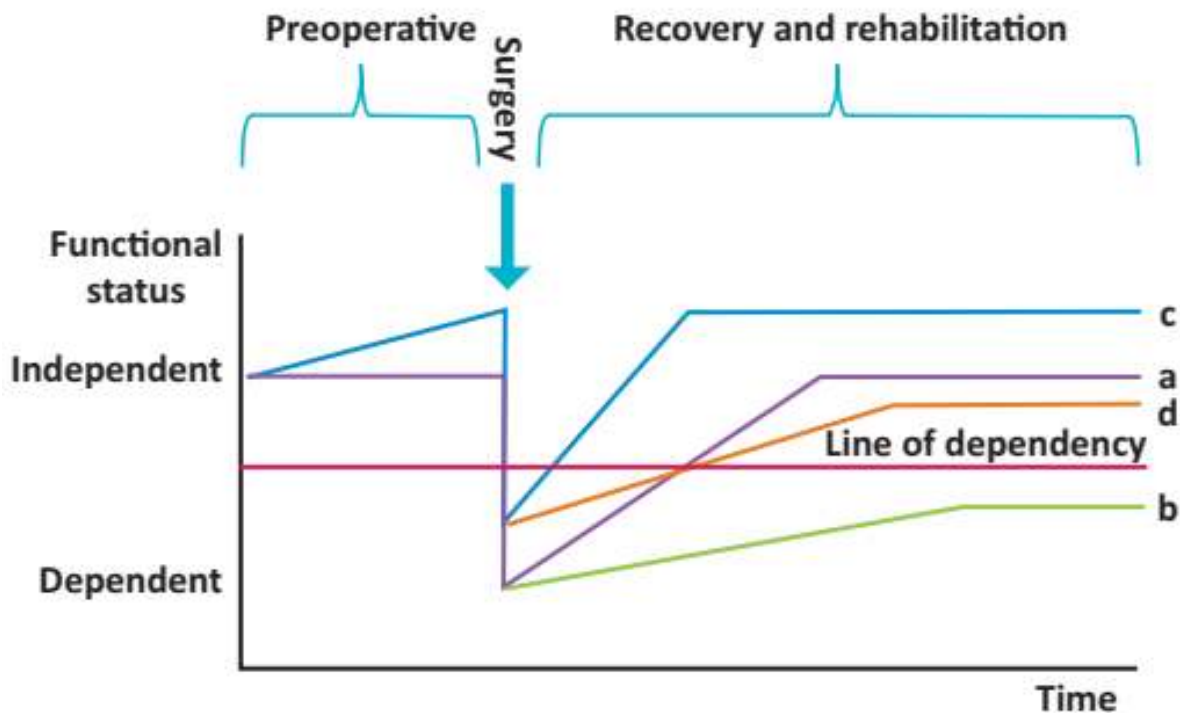
Investigación en Prehabilitación: mayor evidencia en campos quirúrgicos (parte I)

- Ensayos clínicos sobre Prehab en cirugía cardiaca electiva
 - Calidad de recuperación
 - # de días de reposo en casa post-alta
 - Supervivencia libre de discapacidad
- Estudios piloto sobre prehab cognitiva para prevenir delirium postQx
 - Ejercicios de entrenamiento inspiratorio, ejercicio aeróbico y de Resistencia

Wong W-T, et al. PREhabilitation for improving QUality of recovery after ELection cardiac surgery (PREQUEL) study: protocol of a randomized controlled trial. BMJ Open 2019

J Neurosurg Anesthesiol Volume 31, Number 2, April 2019 Cognitive Prehabilitation: Supercharged Mind or Wishful Thinking?

Investigación en Prehabilitación: mayor evidencia en campos quirúrgicos (parte II)



Clinical Medicine 2019 Vol 19, No 6: 458–64 Prehabilitation

- a) Pacientes sometidos a cirugía que experimentan desfuncionalización, y posteriormente se recuperan
- b) Pacientes que sufren complicaciones quirúrgicas pueden experimentar recuperaciones lentas, incompletas, o no recuperarse funcionalmente.
- c) **Pacientes prehabilitados toleran mejor los procedimientos**
- d) **Si existen complicaciones, los pacientes prehabilitados tienden a tener una recuperación de independencia a largo plazo más adecuada que los pacientes con manejo regular.**

Investigación en Prehabilitación: mayor evidencia en campos quirúrgicos (parte III)

- **Ortogeriatría:**
 - **Pacientes pre-artroplastía de rodilla**
 - **Programa educativo sobre OA, protección articular, barreras arquitectónicas y acto quirúrgico.**
 - **Programa domiciliario de ejercicios, 12 semanas pre-intervención**
 - **Aunque no hubieron mejorías en síntomas ni funcionalidad en el grupo con Prehabilitación, un 20% de participantes del grupo con prehab decidieron no operarse y mantener estilos de vida saludables para mejorar su enfermedad.**

Investigación en Prehabilitación: mayor evidencia en campos quirúrgicos (parte IV)

- Ejercicios preoperatorios: sarcopenia, funcionalidad y prevención de caídas
- Salud mental: ansiedad
- Valoración e intervención nutricional

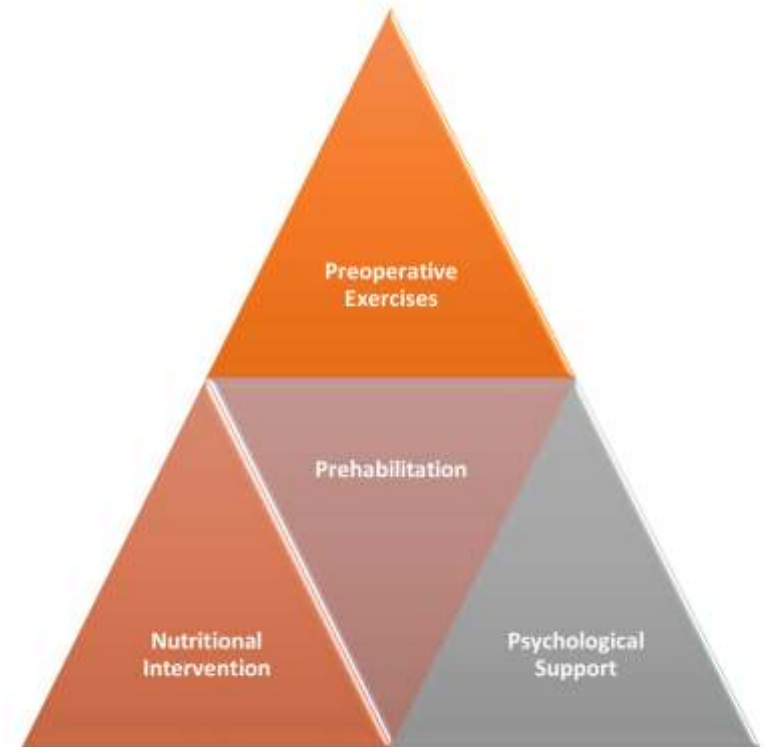
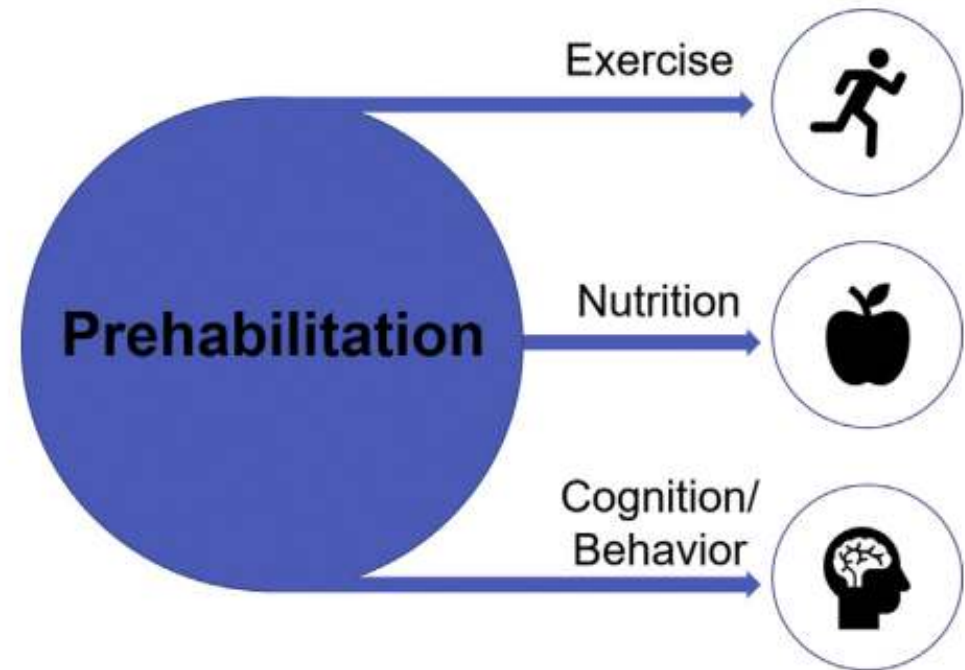


Fig. 2. Trimodal approach in prehabilitation uses preoperative exercise, nutritional intervention and psychological support.

Investigación en Prehabilitación: mayor evidencia en campos quirúrgicos (parte V)

- Evidencia del ejercicio Prehab:
 - Movilidad, capacidad aeróbica, marcha y fuerza muscular.
- Evidencia de intervenciones nutricionales prehab:
 - Morbilidad, mortalidad. En especial en población oncológica.
- Evidencia de intervenciones cognitivo-conductuales prehab:
 - Delirium y declive cognitivo postquirúrgico



Intervenciones psicológicas en Prehabilitación quirúrgica

- Mejoría de estancia hospitalaria
- Mejoría de niveles de ansiedad
- Menor cantidad de Síntomas depresivos
- Disminuye niveles de cortisol
- Mejor pronóstico de heridas operatorias.

REVIEW |  Free Access

The role of prehabilitation in frail surgical patients: A systematic review

David A. Milder, Neil L. Pillinger , Peter C. A. Kam

- Prehabilitación física en pacientes AM frágiles quirúrgicos
- 8 estudios
- No hay suficiente evidencia para recomendar prehab en esta población

Milder, D. A., Pillinger, N. L., & Kam, P. C. (2018). The role of prehabilitation in frail surgical patients: a systematic review. *Acta Anaesthesiologica Scandinavica*, 62(10), 1356-1366.

Prehabilitación: no todo es evaluación periquirúrgica (parte I)

- Útiles en:
 - Enfermedad Renal Crónica (que no necesitan aún diálisis)
 - ERC en preparación de hemodiálisis
 - ERC en diálisis establecida
- **Ejercicio aeróbico**
- **Ejercicios de resistencia**
- **Combinaciones**
- Desenlaces: mortalidad y efectos adversos asociados a hemodiálisis

Prehabilitación: no todo es evaluación periquirúrgica (parte II)

- Cancer:
 - Tratamientos quirúrgicos y no quirúrgicos
 - Trabajo en equipo interdisciplinario
 - Enfoque:
 - Aspecto físico-funcional
 - Aspecto mental
 - Aspecto nutricional
 - Depende de niveles asistenciales concatenados adecuadamente y de un programa de cuidados continuos

Recomendaciones: **siguientes pasos**

- Medir el impacto de la prehabilitación en diferentes escenarios
 - Determinar el perfil del paciente que podría beneficiarse
 - Determinar si la valoración integral requerida en prehabilitación podría ayudar en la toma de decisiones
- Medir el impacto de la prehabilitación
 - **Ámbito quirúrgico y clínico**
 - **Indicadores hospitalarios**
 - **Economía de la salud**
- Estandarización de instrumentos
- Identificación de evaluaciones e intervenciones centradas en poblaciones específicas



Recomendaciones para la región

- Prehabilitación enfocada en:
 - Educación: paciente experto
 - Mental
 - Física
 - Nutricional
- Validación y estandarización de instrumentos:
 - Funcionalidad basal y al seguimiento: fijar metas
 - Medidas basadas en ejecución
 - Fragilidad
 - Declive cognitivo y delirium
- Ejercicios y nutrición

Evaluación basal del paciente que será intervenido a un tratamiento complejo

Resultados de VGI: física, funcional, mental, nutricional, social comorbilidades.

Educación sobre la patología y el tratamiento a recibir

- SPPB – Ug&Go
- ABVD
- Riesgo de delirium y evaluación cognitiva
- Tamizaje de depresión/ansiedad
- Evaluación sociofamiliar
- Tamizaje nutricional
- Evaluación específica de patología e intervención

Detección de paciente de alto riesgo

NO

Prehabilitación

SI

Intervención del equipo interdisciplinario



Prehabilitación

Evaluación post-intervención del paciente

Medición de desenlaces



Grupo 4!

